

GAMBARAN PENGETAHUAN DAN SIKAP REMAJA PUTRI TENTANG PERUBAHAN FISIK PUBERTAS DI SMPN 3 TEMBILAHAN HULU

Nurhidayah¹, Yonetha Oktaviani²

Akademi Kebidanan Husada Gemilang, Tembilahan, Riau, Indonesia

nurhidayah201017@gmail.com

ABSTRAK

Ketidaktahuan remaja mengenai perubahan yang terjadi pada dirinya dan mengapa hal itu terjadi dapat menimbulkan rasa cemas dan malu. Mereka akan bertanya apakah perubahan itu merupakan suatu hal yang normal, apakah semua orang mengalaminya dan apa yang harus mereka lakukan dengan perubahan itu. Karena meningkatnya minat remaja pada masalah perubahan yang terjadi pada dirinya, maka remaja berusaha mencari berbagai informasi mengenai perubahan yang dialami. Hal tersebut akan menimbulkan sikap dan perilaku yang beresiko bila remaja mendapatkan informasi tentang kesehatan reproduksi yang tidak tepat. Penelitian ini bertujuan mengetahui gambaran pengetahuan dan sikap remaja putri tentang perubahan fisik pubertas di SMPN 3 Tembilahan Hulu tahun 2019. Penelitian ini bersifat *deskriptif*, pengumpulan data menggunakan kuesioner dengan metode penyebaran kuesioner langsung terhadap responden. Pengambilan sampel menggunakan teknik *stratified random sampling* dengan jenis *proportionate stratified sampling* dengan jumlah sampel 99 orang siswi. Hasil penelitian ini diperoleh bahwa sebagian besar responden memiliki pengetahuan cukup tentang perubahan fisik pubertas sebanyak (51%), dan sebagian besar responden memiliki sikap negatif terhadap perubahan fisik pubertas sebanyak (54%). Berdasarkan hasil penelitian di harapkan kepada pihak pendidikan dapat memberikan penyuluhan serta motivasi kepada siswi untuk mendapatkan pembekalan pengetahuan khususnya tentang perubahan fisik pubertas agar remaja mengetahui tentang perubahan fisik pubertas pada remaja.

Kata Kunci : Pengetahuan, Perubahan Fisik, Pubertas, Sikap

ABSTRACT

A teenager's ignorance of the changes that occur in him and why it happens can cause anxiety and embarrassment. They will ask if change is normal, if everyone is experiencing it and what they should do with it. Because of the increasing interest of adolescents in the problem of changes that occur in them, teenagers try to find various information about the changes experienced. This will lead to risky attitudes and behaviors if adolescents get information about reproductive health that is not appropriate. This study aims to find out the picture of knowledge and attitudes of young women about the physical changes of puberty in SMPN 3 Tembilahan Hulu in 2019. This study is descriptive, data collection using questionnaires with the method of spreading questionnaires directly to respondents. Sampling using stratified random sampling technique with proportionate stratified sampling type with a sample number of 99 students. The results of this study found that most respondents had sufficient knowledge about the physical changes of puberty as much as (51%), and most respondents had as many negative attitudes towards the physical changes of puberty (54%). Based on the results of the study, it is expected that the education can provide counseling and motivation to students to get a briefing of knowledge, especially about the physical changes of puberty so that adolescents know about the physical changes of puberty in adolescents.

Keywords : Knowledge, Physical Changes, Puberty, Attitude

PENDAHULUAN

Masa pubertas adalah terjadinya perubahan biologis yang meliputi morfologi dan fisiologi yang terjadi dengan pesat dari masa anak ke masa dewasa, terutama kapasitas reproduksi yaitu perubahan alat kelamin dari tahap anak ke dewasa (Soetjiningsih, 2011). Saat remaja pertumbuhan fisik baik laki-laki maupun perempuan sangatlah cepat tumbuhnya (*growth spurt*). Pada saat ini pertumbuhan tinggi badan (linier) terjadi amat cepat. Perbedaan pertumbuhan fisik laki-laki dan perempuan adalah pada pertumbuhan organ reproduksinya, dimana akan diproduksi hormon yang berbeda, penampilan yang berbeda, serta bentuk tubuh yang berbeda akibat berkembangnya tanda seks sekunder (Depkes RI, 2010).

Masa remaja atau pubertas adalah usia antara 10 sampai 19 tahun dan merupakan peralihan dari masa kanak-kanak menjadi dewasa. Peristiwa terpenting yang terjadi pada gadis remaja adalah datangnya haid pertama yang dinamakan *menarche*. Pada usia ini tubuh wanita mengalami perubahan dramatis, karena mulai memproduksi hormon-hormon seksual yang akan mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan sistem reproduksi. Tanda-tanda awal pubertas yang terlihat nyata adalah pembesaran payudara. (Soetjiningsih, 2011).

Pentingnya pengetahuan remaja tentang perubahan fisiknya karena masa remaja merupakan masa *stress full* karena ada perubahan fisik dan biologis serta perubahan tuntutan dari lingkungan, sehingga diperlukan suatu proses penyesuaian diri dari remaja. Ketidaktahuan remaja mengenai perubahan yang terjadi pada dirinya dan mengapa hal itu terjadi dapat menimbulkan rasa cemas dan malu. Mereka akan bertanya-tanya apakah perubahan itu merupakan suatu hal yang normal, apakah semua orang mengalaminya dan apa yang harus mereka lakukan dengan perubahan itu (BKKBN,

2010). Karena meningkatnya minat remaja pada masalah perubahan yang terjadi pada dirinya, maka remaja berusaha mencari berbagai informasi mengenai perubahan yang dialami. Hal tersebut akan menimbulkan sikap dan perilaku yang beresiko bila remaja mendapatkan informasi tentang kesehatan reproduksi yang tidak tepat (Depkes RI, 2010).

Sekitar 1 miliar manusia atau setiap 1 di antara 6 penduduk dunia adalah remaja sebanyak 83% di antaranya hidup di negara berkembang. Di Indonesia, jumlah remaja dan kaum muda berkembang sangat cepat. Antara tahun 1070 dan 2000, kelompok umur 15-24 jumlahnya meningkat dari 21 juta menjadi 43 juta atau 18% total jumlah populasi penduduk Indonesia (Nirwana, A.B, 2011).

Menurut data Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN), jumlah remaja perempuan di Indonesia, menurut Sensus Penduduk 2010 adalah 21.489.600 atau 18,11 % dari jumlah perempuan. Pada 2035, menurut proyeksi Penduduk Indonesia 2010-2035 (Bappenas, BPS, dan UNFPA 2013) remaja perempuan akan berjumlah 22.481.900 atau 14,72 % dari jumlah perempuan. Jadi meskipun jumlah proporsinya sedikit menurun, namun jumlah tersebut masih cukup besar. Menurut Badan Pusat Statistik Kabupaten Indragiri Hilir jumlah Remaja perempuan tahun 2017 kelompok umur 13-18 tahun 38.004 jiwa.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Erdita Liberty di SMP N 1 Sambi Kabupaten Boyolali tahun 2013 mengenai gambaran pengetahuan remaja putri tentang perubahan fisik pubertas kriteria pengetahuan baik 15,2%, kriteria pengetahuan cukup 60,6% dan kriteria pengetahuan kurang 24,2%. Selanjutnya hasil penelitian dari Lisa Nuryani di SMP N 1 Kebakkramat Karanganyer tahun 2015 mengenai tingkat pengetahuan remaja putri tentang perubahan fisik pubertas kriteria

pengetahuan baik 11%, kriteria pengetahuan cukup 74% dan kurang 16%. Maka dapat disimpulkan bahwa masih banyak remaja putri yang belum mengerti tentang perubahan fisik pubertas.

Peneliti melakukan studi pendahuluan di beberapa sekolah lain seperti di SMP N 1 Tembilahan Kota peneliti melakukan wawancara terhadap 20 remaja putri hanya 30% remaja yang tidak mengerti tentang perubahan fisik pubertas sedangkan 70% remaja lainnya mengerti tentang perubahan fisik pubertas. Di MTs N Tembilahan hasilnya 50% tidak mengerti dan 50% mengerti tentang perubahan fisik pubertas. Selanjutnya di SMP N 1 Tembilahan Hulu hanya 45% yang tidak mengerti dan 55% mengerti tentang perubahan fisik pubertas. Terakhir peneliti melakukan wawancara di SMP N 3 Tembilahan Hulu dan hanya 8 (40%) remaja yang mengerti tentang perubahan fisik pubertas, sedangkan 12 (60%) remaja lain tidak mengerti tentang perubahan fisik pubertas.

Dikarenakan pengetahuan tentang perubahan fisik pubertas yang sangat penting bagi remaja putri khususnya remaja putri di SMP N 3 Tembilahan Hulu yang belum menegerti tentang perubahan fisik pubertas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Gambaran Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri tentang Perubahan Fisik Pubertas di SMP N 3 Tembilahan Hulu Tahun 2019”.

METODOLOGI PENELITIAN

Jenis penelitian ini merupakan penelitian *deskriptif* dengan *descriptive desain* untuk mengetahui Gambaran Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri tentang Perubahan Fisik Pubertas di SMP N 3 Tembilahan Hulu Kabupaten Indragiri Hilir Tahun 2019.

Sampel berjumlah 99 dengan teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *stratified random sampling* dengan jenis *Proportionate Stratified Sampling*, dimana sampel terstratifikasi

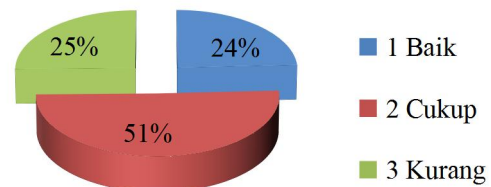
dengan populasi dibagi atas kelompok-kelompok yang homogen (strata) dari masing-masing kelas VII dan VIII. Instrumen pengumpulan data menggunakan kuesioner. Variabel yang akan diukur adalah pengetahuan dan sikap

Teknik pengumpulan data dilakukan dengan pengisian kuesioner oleh responden untuk mengetahui gambaran pengetahuan dan sikap remaja putri tentang perubahan fisik pubertas. Analisa data dalam penelitian ini adalah univariat yang dilakukan secara manual.

HASIL DAN PEMBAHASAN

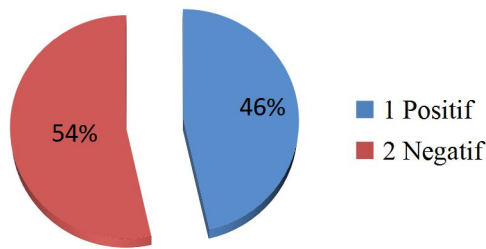
Hasil penelitian dapat dilihat dari digaram dibawah ini

Diagram 1 Persentasi Kriteria Pengetahuan Remaja Putri Tentang Perubahan Fisik Pubertas di SMP N 3 Tembilahan Hulu tahun 2019.



Berdasarkan diagram 1 dapat di lihat bahwa sebagian besar responden memiliki pengetahuan yang cukup tentang perubahan fisik pubertas yaitu sebanyak 50 orang (51%).

Diagram 2 Persentasi Kriteria Sikap Remaja Putri Tentang Perubahan Fisik Pubertas di SMP N 3 Tembilahan Hulu tahun 2019.



Dari diagram 2 di atas dapat di lihat bahwa sebagian besar responden memiliki sikap negatif terhadap perubahan fisik pubertas yaitu sebanyak 53 orang (54%).

Berdasarkan diagram 1 bahwa sebagian besar remaja memiliki pengetahuan cukup tentang perubahan fisik pubertas yaitu sebanyak 50 orang (51%), pengetahuan baik sebanyak 24 orang (24%) dan sebagian kecil yang memiliki pengetahuan kurang yaitu sebanyak 25 orang (25%).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Erdita Liberty (2013) di SMP N 1 Sambu Kabupaten Boyolali bahwa tingkat pengetahuan tentang perubahan fisik pubertas yang cukup sebanyak 61 orang (60,6%) dan yang kurang sebanyak 24 orang (24,2%).

Berdasarkan dari hasil yang didapatkan bahwa hasil tertinggi siswi dengan pengetahuan cukup mayoritas sebanyak 51% responden. Hasil dari kuesioner pengetahuan yang didapatkan yaitu paling banyak benar pertanyaan Nomor 10 sebanyak 82 orang (82%), menjawab benar pertanyaan nomor 1 sebanyak 77 orang (77%), menjawab benar pertanyaan nomor 3 sebanyak 73 orang (73%), menjawab benar pertanyaan nomor 8 sebanyak 67 orang (67%), menjawab benar pertanyaan nomor 2 sebanyak 66 orang (66%), menjawab benar pertanyaan nomor 4 sebanyak 64 orang (64%), menjawab benar pertanyaan nomor 9

sebanyak 60 orang (61%), menjawab benar pertanyaan 5 dan 6 sebanyak 56 orang (56%).

Pertanyaan kuesioner nomor 10 tentang perubahan dari anak-anak menjadi dewasa sebanyak 82% responden menjawab benar yaitu pubertas dan 18% responden menjawab remaja, hal ini karena dari pertanyaan-pertanyaan sebelumnya sudah menyinggung tentang pubertas seperti pertanyaan nomor 1 perubahan bentuk tubuh seperti apakah yang terjadi pada perempuan pubertas, pertanyaan nomor 4 perempuan yang sudah pubertas akan mengalami kondisi seperti apa, dan pertanyaan nomor 5 yang termasuk kedalam ciri-ciri pubertas.

Sedangkan pertanyaan yang banyak salah adalah pertanyaan kuesioner nomor 7 tentang pada pubertas terjadi dua perubahan sebanyak 56 orang (56%) responden menjawab salah yaitu tubuh bertambah tinggi dan panggul membesar dan 43% responden menjawab benar yaitu perubahan fisik dan organ reproduksi. Hal ini karena mayoritas umur responden 12 tahun (52%), sebagaimana menurut Notoatmodjo,S (2010) semakin bertambah usia maka akan semakin berkembang pula daya tanggap dan pola pikirnya, sehingga pengetahuan yang diperoleh semakin membaik.

Menurut Mubarak (2011), bahwa yang mempengaruhi pengetahuan seseorang ada beberapa faktor diantaranya ada lingkungan,informasi dan usia. Kenapa lingkungan dapat menjadi faktor yang mempengaruhi pengetahuan karena dari lingkungan seseorang dapat memperoleh pengetahuan baik secara langsung maupun tidak langsung. Dan kenapa informasi juga bisa mempengaruhi pengetahuan seseorang karena bila tidak pernah mendapat pengetahuan tentang perubahan fisik pubertas atau kurang informasi mengenai hal tersebut maka akan mempengaruhi pengetahuan seseorang yang nantinya akan

terkategori dalam pengetahuan baik, cukup atau kurang.

Dari beberapa hal di atas maka sebagai peneliti faktor paling mempengaruhi pengetahuan remaja putri adalah lingkungan dan informasi, karena yang di dapatkan di lapangan pun seperti itu adanya.

Kelemahan / keterbatasan penelitian ini pertama kuesioner yang di gunakan adalah kuesioner tertutup yang jawabannya sudah disediakan oleh peneliti untuk dipilih, sehingga responden tidak dapat memberikan jawaban sesuai keinginan responden, sehingga hasil penelitian ini dikategorikan dalam pengetahuan cukup. Kedua penelitian hanya menggunakan dua variabel saja sehingga hanya dapat meneliti tentang pengetahuan dan sikap remaja putri tentang perubahan fisik pubertas saja.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sikap remaja terhadap perubahan fisik pubertas di SMP N 3 Tembilahan Hulu tahun 2019, mayoritas remaja putri bersikap Negatif yaitu

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Lisa Nuryani (2015) di SMP N 1 Kebakkramat Karanganyer bahwa sikap tentang perubahan fisik pubertas terbesar adalah negatif yaitu sebanyak 62 orang (62,2%).

Dalam kuesioner pernyataan Sikap peneliti membagi dua kategori yaitu pernyataan 1-5 sikap negatif dan pernyataan 6-10 sikap positif. Dari diagram 5.2 menunjukkan hasil persentase tertinggi adalah siswi yang memiliki sikap negatif dengan persentase 54%. Didapatkan dari kuesioner sikap yang disebarkan kepada 99 responden dengan hasil pernyataan yaitu pada nomor 1-5 (sikap negatif), pernyataan nomor 2 tentang sebaiknya remaja tidak perlu mengamati tahapan perkembangan dirinya sendiri sebanyak 22 orang (22%) tidak setuju dan 77% responden setuju.

sebagaimana seharusnya pernyataan nomor 1-5 mayoritas menjawab tidak setuju.

Hal ini karena di pernyataan kuesioner nomor 1 didapat sebanyak 68% responden juga menjawab setuju yaitu mengenai pembesaran payudara, inilah salah satu alasan mayoritas responden menjawab setuju di pernyataan sikap nomor 2. Sedangkan pernyataan 6-10 (sikap positif) yang seharusnya mayoritas menjawab setuju/sangat setuju, pernyataan nomor 10 tentang saya tidak pernah membandingkan bentuk tubuh saya dengan teman yang lain sebanyak 44 orang (45%) setuju dan 49 orang (49%) menjawab tidak setuju.

Hal ini karena pengaruh teman sebaya dan adanya perkembangan yang terjadi pada masa pubertas sehingga membuat remaja membandingkan dirinya dengan temannya yang lain (Kumalasari,2012).

Sikap adalah perasaan, pikiran dan kecondongan yang kurang lebih bersifat permanen mengenai aspek-aspek tertentu dalam lingkungannya. Adanya penyimpangan perkembangan yang terjadi karena seseorang mengalami konflik pada masa perkembangannya, sehingga menunjukkan sikap yang tidak sesuai dengan tahap usianya. Adapun masalah yang sering di hadapi remaja yaitu : sering merasa dirinya disalahkan, merasa dirinya dilayani secara tidak adil, tidak dipedulikan, sukar memahami emosi dirinya sendiri dan susah membuat keputusan (Depkes RI, 2010). Sikap dipengaruhi oleh pengetahuan, karena semakin baik atau cukup pengetahuan seseorang, maka semakin positif pula sikapnya.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian ini tentang gambaran pengetahuan dan sikap remaja putri tentang perubahan fisik pubertas di SMP N 3 Tembilahan Hulu tahun 2019, dapat disimpulkan bahwa : Mayoritas remaja memiliki pengetahuan yang cukup tentang perubahan fisik

pubertas yaitu sebanyak 50 orang (51%). Mayoritas remaja memiliki sikap negatif terhadap perubahan fisik pubertas yaitu sebanyak 53 orang (54%).

UCAPAN TERIMA KASIH

Dengan selesainya penelitian ini, peneliti mengucapkan terimakasih kepada semua pihak yang terlibat dalam penelitian ini

DAFTAR PUSTAKA

- Alport, Ann. 2011. *Buku Ajar pediatri Rudolph*. EGC : Jakarta
- Arikunto, S. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineke Cipta.
- BKKBN, 2013. *Jumlah remaja perempuan di Indonesia*. Jakarta : BKKBN.
- Depkes,RI, 2010. *Kesehatan Remaja*. Jakarta : Salemba Medika.
- Erdita Liberty, 2013. *Gambaran Tingkat Pengetahuan Fisik Pubertas*. (hal. 61).
- Hidayat, A. 2010. *Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisa Data*. Jakarta : Salemba Medika
- Jameela. 2011. *Remaja Indonesia Sangat Membutuhkan Informasi Kesehatan Reproduksi* [Online]. URL : <http://www.kespro.info?q=node/4074/01/2010> [02 Oktober 2018].
- Kumalasari, 2012. *Kesehatan Reproduksi*. Jakarta : Salemba Medika.
- Kurt Lewin, 2014. *Perilaku Remaja*. Jakarta : Nuha Medika.
- Laurence, 2011. *Promosi Kesehatan Kebidanan*. Yogyakarta : Nuha Medika.
- Lisa Nuryani, 2015. *Tingkat pengetahuan remaja putri tentang perubahan fisik pubertas*. (hal. 50).
- Mubarak, 2011. *Promosi Kesehatan Untuk Kebidanan*. Salemba Medika : Jakarta
- Nirwana, A.B. 2011. *Psikologi Kesehatan Wanita*. Yogyakarta : Nuha Medika
- Notoatmodjo, S. 2010. *Promosi Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nurhayati, 2013. *Teknik Sampling untuk Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta : Graha Ilmu
- Sarlito, 2012. *Perubahan Fisik Remaja*. [Online]. URL : <http://e-psikologi.com/> [02 Oktober 2018].
- Soetjiningsih, 2011. *Tumbuh Kembang Remaja Dan Permasalahannya*. Jakarta : CV. Sagung Seto.
- Widyastuti, 2010. *Kesehatan Reproduksi*. Yogyakarta : Fitramaya.
- Wawan, A & Dewi M, 2010. *Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Manusia*. Nuha Medika : Jakarta.